

Конспект непрерывной образовательной деятельности по физической культуре «Прогулка с Зайкой»

Цель: Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, катать мячи под дугу, закреплять умение не терять равновесие во время ходьбы по гимнастической скамейке.

Оборудование: Цветные платочки и мячи по количеству детей, длинная гимнастическая скамейка, 2-3 дуги, мягкая игрушка – зайка; угощения для Зайца (овощи и фрукты – муляжи), корзинка.

Ход непрерывной образовательной деятельности:

Вводная часть.

Организационный момент:

- Ребята, к нам сегодня пришёл Зайка. *Зайчик приглашает вас на прогулку в лес*). Пойдём с Зайчиком гулять?

По дорожке мы шагаем (*идут друг за другом, 30 секунд*)
(*Воспитатель идёт спиной вперёд, несёт в руке Зайца и предлагает смотреть на него - формирование правильной осанки*).

Громко топтать начинаем (*топают*).

Через лужу, ручеек

Прыг-скок, прыг-скок (*прыжки с продвижением вперёд*).

Мы по камушкам идём,

И совсем не устаём.

Ну а если не устали,

Быстро-быстро побежали (*бег друг за другом*).

Основная часть:

- Вот мы оказались на лесной полянке. Посмотрите, как здесь красиво! Возьмите каждый по 2 платочка и поиграем с ними! А зайка посмотрит, как ребята умеют играть.

1. ОРУ

1) «Показали – спрятали»

И. П. - стоя, руки внизу, платочки в каждой руке. Показать платочки, руки вперёд, спрятать платочки, руки за спину (4-5 раз).

2) «Погладим ножки платочками»

И. П. – сидя, ноги врозь, руки с платочками впереди. Наклониться к носкам ног, погладить ножки платочками, выпрямиться (4-5 раз) .

3) «Платочки вперёд»

И. П. – лёжа на животе, руки согнуты в локтях вдоль туловища, выпрямить руки вперёд, поднять голову, показать платочки, снова согнуть руки (4раза)

4) «Прыгаем как зайки» (15-20 сек.)

(Зайка прыгает вместе с детьми) Похвала, одобрение.

5) Дыхательное упражнение «Подул ветерок на платочки».

Дети поднимают платочки, дуют на них. Давайте подарим красивые платочки Зайке! (дети кладут платочки в корзину).

Вот как весело мы поиграли, молодцы! Пойдёмте дальше гулять по лесу.

2. Основные виды движений:

1) Вот и речка на пути.

надо речку перейти.

«Перепрыгивание через две параллельные линии» (расстояние 15 см).

2) По дорожке мы пойдём,
угощение Зайчику принесём.

Ходьба по скамейке с сохранением равновесия. Надо пройти по скамейке, взять любое угощение и принести его Зайке. Зайка благодарит, хвалит.

- А теперь покажем зайчику, как мы умеем катать мячик под дугу. (Дети выполняют упражнение).

3. Подвижная игра «Солнышко и дождик».

Заключительная ходьба.

Итог. Кто приходил в гости?